

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN STRATEGI  
COPING STRES BELAJAR PADA MAHASANTRI SUNAN AMPEL AL  
ALY UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Oleh :

Antok Siswadi

---

**Abstrak**

Pendidikan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat sebuah sistem yang mewajibkan mahasiswa mahasiswi wajib tinggal di lingkungan pondok selama satu tahun. Dengan tingkat kesulitan pendidikan yang semakin tinggi ditambah pendidikan pondok dan juga wajib bahasa arab maka setiap mahasiswa perlu sebuah strategi dalam belajar dan juga penyesuaian lingkungan yang efektif. Strategi coping yang di imbangi dengan kecerdasan spiritual akan menjadikan individu dapat dengan mudah menyesuaikan dengan lingkungan yang baru. Maka hal ini menunjukkan bahwa semakin matang kecerdasan spiritual yang dimiliki seseorang maka semakin matang pula strategi coping nya terhadap penyelesaian masalah.

**Kata Kunci : Kecerdasan Spiritual, Strategi Coping Stres**

Education at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang there is a system that requires students student must live in the neighborhood cottage for one year. With the difficulty level of education higher education plus cottage and also mandatory Arabic language then every student needs a learning strategy and also an environmental effective adjustment. Coping strategy balanced with spiritual intelligence will make individual can easily adapt to new environment. Then this indicates that the more mature spiritual intelligence of a person the more mature coping strategies also his to problem resolution.

**Keywords: Spiritual Intelligence, Stress Coping Strategies**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang.**

Dalam lingkungan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat sebuah sistem yang mewajibkan mahasiswa mahasiswi wajib tinggal di lingkungan pondok selama dua semester atau satu tahun. (Buku pedoman Ma'had), 2008, hal. 6-7). Secara otomatis pendidikan agama pun akan diberikan selain pendidikan formal yaitu perkuliahan. Jadwal yang padat mulai dari setelah sholat subuh sampai jam setengah delapan pagi, kemudian dilanjutkan dengan kuliah, sampai dhuhur. Ruang gerak antara jadwal ma'had dan juga kampus memberikan stress tersendiri bagi mahasantri.

Peneliti menemukan beberapa kasus yang mendasari penelitian ini, misalnya saja akibat dari beban dari perkuliahan, lingkungan pondok dan juga perkuliahan bahasa arab (PKPBA). Mengakibatkan menurunnya prestasi di perkuliahan akibat depresinya terhadap

perkuliahan bahasa arab yang memforsir daya ingat

Dari hasil observasi rata-rata ini terjadi pada santri yang dulunya menempuh pendidikan pada jalur umum bukan kejuruan yang berbasis agama. Ada juga yang dulunya menempuh pendidikan di lingkungan pondok merasa mudah sistem di ma'had Sunan Ampel Al Aly, maka sering tidak ikut pendidikan di ma'had, akibatnya tidak lulus ma'had. Kasus seperti diatas mengakibatkan salah satu dari ketiga pendidikan di atas tidak maksimal.

### **1.2. Rumusan Masalah**

- A. Bagaimana tingkat kecerdasan spiritual Mahasantri Sunan Ampel Al Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
- B. Bagaimana strategi coping Mahasantri Sunan Ampel Al Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam menghadapi stress belajar?

- C. Adakah hubungan antara kecerdasan spiritual dengan strategi coping stres belajar pada Mahasantri Sunan Ampel Al Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

### **1.3. Tujuan penelitian**

- A. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan spiritual Mahasantri Sunan Ampel Al Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- B. Untuk mengetahui tingkat strategi coping apa yang dipakai Mahasantri Sunan Ampel Al Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam stres belajar.
3. Untuk membuktikan hubungan antara kecerdasan spiritual dengan strategi coping stres belajar Mahasantri Sunan Ampel Al Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

## **KAJIAN TEORI**

### **1.1. Kecerdasan Spiritual**

Zohar dan Marshall mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dari pada yang lain. (Mizan, 2001, hal. 4).

Menurut Tony Buzan kecerdasan spiritual adalah yang berkaitan dengan menjadi bagian dari rancangan segala sesuatu yang lebih besar, meliputi “melihat suatu gambaran secara menyeluruh”.( Tony Buzan, 2003, hal. 80)

### **1.2. Strategi Coping**

(Lazarus dan Folkman, 1994, hal. 143) mengatakan bahwa perilaku *coping* merupakan suatu proses dimana individu

mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi yang penuh dengan stres.

Rasmun mengatakan bahwa *coping* adalah dimana seseorang yang mengalami stres atau ketegangan psikologis dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan, agar dapat mengurangi stres yang dihadapinya. Dengan kata lain, *coping* adalah proses yang dilalui oleh individu dalam menyelesaikan situasi stressful.

#### **1.4 Metode Penelitian**

##### **A. Variabel Penelitian**

1). Variabel Bebas : Kecerdasan Spiritual (x).

2). Variabel Terikat : Strategi Coping (y).

##### **B. Definisi Operasional**

Untuk mengoperasionalkan variabel penelitian maka perlu di rumuskan definisi operasional. Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Variabel dalam penelitian ini mempunyai definisi operasional sebagai berikut.

##### **1. Variabel kecerdasan spiritual**

Kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan

hidup seseorang lebih bermakna dari pada yang lain.

(Ary Agustian Ginanjar, 2007, hal. 14) mengindikasikan tanda dari SQ yang telah berkembang dengan baik mencakup hal berikut:

- a. Tawazzun (Kemampuan bersikap fleksibel).
- b. Kaffah (Mencari jawaban yang mendasar dalam melihat berbagai persoalan secara holistik).
- c. Memiliki kesadaran tinggi dan istiqomah dalam hidup yang diilhami oleh visi dan nilai.
- d. Tawadhu' (Rendah hati).
- e. Ikhlas dan tawakkal dalam menghadapi dan melampaui cobaan.
- f. Memiliki integritas dalam membawakan visi dan nilai pada orang lain.

## 2. Variabel strategi coping tres belajar

Perilaku *coping* merupakan suatu proses dimana individu mencoba

untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi yang penuh dengan stres.

Terdapat 2 strategi dalam melakukan *coping*, yaitu:

### a. *Emosional focused coping*

1) Konfrontasi; individu berpegang teguh pada pendiriannya dan mempertahankan apa yang diinginkannya, mengubah situasi secara agresif dan adanya keberanian mengambil resiko.

2) Mencari dukungan sosial; individu berusaha untuk mendapatkan bantuan dari orang lain.

3) Merencanakan pemecahan permasalahan; individu memikirkan, membuat dan

menyusun rencana pemecahan masalah agar dapat terselesaikan.

b. *Problem focused coping*

- 1) Kontrol diri, menjaga keseimbangan dan menahan emosi dalam dirinya.
- 2) Membuat jarak, menjauhkan diri dari teman-teman dan lingkungan sekitar.
- 3) Penilaian kembali secara positif, dapat menerima masalah yang sedang terjadi dengan berfikir secara positif dalam mengatasi masalah.
- 4) Menerima tanggung jawab, menerima tugas dalam keadaan apapun saat menghadapi masalah dan bisa menanggung segala sesuatunya.
- 5) Lari atau penghindaran, menjauh dan menghindar dari permasalahan yang dialaminya.

## 1.5. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Sunan Ampel Al Aly UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

### 1.1 Tabel Jumlah Populasi Penelitian

Lantai	Jumlah santri
1	90
2	90
3	96
Jumlah	276

Sumber : Data santri ma'had Sunan Ampel Al Aly UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mabna Ibnu Sina 2014-2015.

## 1.6. Teknik Sampel

Teknik atau pengambilan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*, yaitu setiap individu dalam populasi di masing-masing kelas harus mempunyai peluang yang besarnya sudah di ketahui untuk bisa di

klarifikasi sebagai pilihan dalam sebuah penelitian atau lebih tepatnya sebagai sampel dalam penelitian.

## **Hasil**

### **A. Tingkat kecerdasan spiritual mahasiswa mabna Ibnu Sina UIN MALIKI MALANG**

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa tingkat kecerdasan spiritual mahasiswa mabna Ibnu Sina Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang memiliki tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi yaitu sebanyak 40% dari keseluruhan sampel, tingkat yang sedang sebanyak 60% dari keseluruhan sampel dan tingkat yang rendah sebanyak 0% dari keseluruhan sampel.

Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa terdapat santri yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi. Yaitu sebanyak 40% atau berjumlah 22 orang. Salah satu kriteria utama bagi kecerdasan

spiritual yang tinggi adalah memiliki kesadaran diri dalam mengerjakan tugas dan percaya dengan kemampuan yang dimiliki dan tak lupa berdo'a kepada Tuhan Yang Maha Esa.

### **B. Tingkat Strategi Coping Mahasiswa Mabna Ibnu Sina Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**

Berdasarkan analisa data dapat diketahui bahwa tingkat strategi coping mahasiswa mabna ibnu sina memiliki tingkat strategi coping tinggi 10% dari keseluruhan sampel, tingkat yang sedang yaitu sebanyak 90% dan tingkat yang rendah adalah 0% dari keseluruhan sampel. Dari data di atas tingkat strategi coping mahasiswa mabna Ibnu Sina Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang pada tingkat yang sedang.

Dari penjelasan di atas menunjukkan bahwa mahasiswa mabna

ibnu sina memiliki tingkat strategi coping yang sedang, yaitu 90% dari 46 maha santri, itu menunjukkan bahwa setiap santri memiliki penanganan terhadap masalah yang rata dilakukan setiap individu. Mengatasi stres bertujuan untuk mengurangi keadaan yang mendatangkan stres (*problem focused coping*) atau memperbesar sumber daya untuk menghadapinya. Sedangkan pengatasan stres yang diarahkan pada pengendalian emosi (*emotional focused coping*) bertujuan untuk menguasai, mengatur, dan mengarahkan tanggapan emosional terhadap situasi stres.

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis pada bab IV maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat kecerdasan spiritual maha santri mabna ibnu sina Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang memiliki tingkat

kecerdasan spiritual yang tinggi yaitu sebanyak 40% dari keseluruhan sampel atau 22 maha santri, tingkat yang sedang sebanyak 60% dari keseluruhan sampel atau 33 maha santri, dan tingkat yang rendah sebanyak 0% dari keseluruhan sampel atau 0 maha santri. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan mahasiswa mabna Ibnu Sina Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang pada kategori yang sedang. Dengan demikian menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan maha santri masih kurang stabil dan mudah dipengaruhi oleh faktor ketidak seimbangan id, ego, dan superego. Kesemuanya itu disebabkan oleh diri individu, lingkungan keluarga ataupun dari lingkungan ma'had maupun di lingkungan kampus.



2. Tingkat Strategi coping Berdasarkan analisa data dapat diketahui bahwa strategi coping mahasiswa manba Ibnu Sina menunjukkan tingkat strategi coping tinggi 10% dari keseluruhan sampel atau 6 mahasiswa, tingkat yang sedang yaitu sebanyak 90% dari keseluruhan sampel atau 46 mahasiswa, dan tingkat yang rendah adalah 0% dari keseluruhan sampel atau 0 mahasiswa. Dari data di atas tingkat strategi coping mahasiswa manba Ibnu Sina Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang pada tingkat yang sedang. Dari penjelasan di atas menunjukkan bahwa mahasiswa manba Ibnu Sina memiliki tingkat strategi coping yang sedang, yaitu 90% dari 46 mahasiswa, itu menunjukkan bahwa setiap mahasiswa memiliki penanganan terhadap masalah yang rata dilakukan setiap

individu. Mengatasi stres bertujuan untuk mengurangi keadaan yang mendatangkan stres (*problem focused coping*) atau memperbesar sumber daya untuk menghadapinya. Sedangkan penanganan stres yang diarahkan pada pengendalian emosi (*emotional focused coping*) bertujuan untuk menguasai, mengatur, dan mengarahkan tanggapan emosional terhadap situasi stres.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S.(2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2007). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Folkman, and Lazarus.(1984) Stress Appraisal and Coping. New York: Springer Publishing Company.
- Rasmun, *Stress Koping dan Adaptasi, Teori dan Pohon Masalah Keperawatan, ed.1*, (Jakarta, Sagung Seto, 2004, hal. 29).
- Sarafino. (2002). HealthPsychology: biopsycosocial interaction. 5<sup>th</sup> Edition. USA: Jhon Wiley & Sons

Tony Buzan, Head First, 10 Cara Memanfaatkan 99% Dari Kehebatan Otak Anda Yang Selama Ini Belum Pernah Anda Gunakan,(Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2003), hal 80).

Weiten, W. & Lloyd, M.A. (2004). *Psychology applied to modern life: adjustment in the 90 s (5th ed)*. California: Brooks/Cole Publishing Company

Zohar, D Marshal,Ian. (2007). *Kecerdasan Spiritual (SQ) Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berfikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*. Bandung : Mizan.